

ezer évvel ezelőtt már megpróbálta „elrendezni” maga körül a világot. Jellemző a görög szó értelme: kosmos — az elrendezett világ, ami ezen kívül van, az a chaos, a rendezetlen és zűrzavaros „külső sötétség”. A gyermek minden energiájával arra törekszik, hogy képessé váljon eligazodni a világban. Ehhez nagy segítséget kap a játéktól. Ha a gyermeket megfosztjuk a játszástól, akkor megnehezítjük társadalmi beilleszkedését, társas-közösségi kapcsolatainak kialakítását. A játékszernek mint tárgynak, ügyességi-ismeretszerzési eszköznek és mint ábrázolásnak épp olyan fontos szerepe van a gyermek személyiségének formálásában, mint azoknak a kapcsolatoknak — a játszótársaihoz, a felnőttekhez való viszonyoknak —, amelynek a kialakulásában a játszás talán „észre sem vett”, mégis sorsdöntő hatású jelenség.

Az iskola és a „játékos pedagógus” sokat tehet annak érdekében, hogy a játék elfoglalja méltó helyét a nevelés gyakorlatában. A játék azonban csak úgy töltheti be hivatását, és akkor szolgálja az életet, ha nem válik csupán az időöltés vagy a szórakozás technológiájává; ha segíti a civilizáció terjedésével egyenes arányban növekvő unalom leküzdését, ha szolgálja a felnövekvő nemzedék testi- szellemi fejlődését.

#### FONTOSABB FORRÁSMUNKÁK

Forrás (Tematikus szám a játékról), 1985. 10. szám; *Jean Piaget*: Válogatott tanulmányok, Gondolat Kiadó, Bp., 1970; *Susanna Miller*: Játékpсихológia, Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Bp., 1973; A „Vendégségben Vonal- és Színországban” foglalkozást *Szekeres Ferenc* múzeumpedagógus vezette Szeged-Tarján II. Sz. Általános Iskolában.

---

DR. CSANDA ISTVÁN  
Kaposvár

## A labdajátékok megalapozásának lehetőségei az általános iskola 3—4. osztályában

Az ötödik osztályba kerülő tanulók legnagyobb része kevés mozgástapasztalattal rendelkezik, alacsony koordinációs szintet birtokolnak, és nem tudnak játszani. Így a technikai megalapozás fokozott jelentőséget kaphat.

A 3—4. osztályban előtérbe kerülnek a tantervi anyagban a labdajátékok különböző formái, és megjelennek a sportjátékok egyszerűsített, jórészt az alaptechnikát igénylő változatai. A tanuló számára fokozottan jelentkezik a versenyszerűség, a labda szerepe egyre jobban nő. A technikai megalapozás lehetőségei az alsó tagozatban, végrehajtó formái inkább a kosárlabdázásban, a labdarúgásban, a kézilabdázásban és kisebb mértékben a röplabdázásban is felhasználható mozgásokból állnak. A technikai és taktikai megalapozó tanári (tanítói) tevékenység csak úgy képzelhető el, ha az kizárja a korai szakosítás hibáját. Az alkalmazott mozgásanyag elsajátíttatásával biztosíthatjuk azt a nyitottságot a tanuló számára, amely megadhatja a továbbfejlődés, a sportágválasztás lehetőségét is. A tanterv egyik alap gondolatát valósítanánk meg

ezzel. Alapvető feladatként jelentkezik továbbá a mozgásműveltség, a játék és sportműveltség kialakítása, formálása és fejlesztése.

A feladat megvalósítása érdekében szakítani kell azzal a ma is élő felfogással, hogy a 6—10 éves korú iskolásgyermekek kíméletre szorul, illetve komolyabb mozgásfeladattal nem terhelhető. Ebben a korban az ügyesség — Meinel szerint — „az egész test valamennyi mozgást szabályozó idegének (összmotorikájának) jó koordinációja épp a gyermekkor privilégiuma”. Az alsó tagozatos gyermek koordinációfejlesztésének évről évre nagyobb lehetőségei vannak, mint a későbbi évek bármelyikében. Ennek az időszaknak alapvetően fontos jelentősége van a különböző testgyakorlati ágak alapmozgásainak tanulásában és elsajátításában. A sportjátékok megalapozása egyben támogatja a képességek fejlesztését is. Roppant nagy érték az a későbbi években a gyermek számára. A felsőbb osztályokban a követelmények fokozatosan és rendszeresen emelkednek, közelítenek a sportmozgások felé. Nem követünk el hibát tehát, ha a tanterv szellemében — mozgásanyagának felhasználásával, variálásával — a játékos képességfejlesztést a sportjátékok alapjainak lerakásához használjuk eszközként.

A feladat megoldását két tényező akadályozta:

- az alsó tagozatos testnevelésben jelentkező szemléletbeli hiányosságok;
- a személyi és tárgyi feltételek hiánya.

A probléma megoldásának szükségességét több tényező is indokolja. Ma már elfogadott, hogy a különböző képességek (tulajdonságok) kialakításának a 6—10 éves korban vannak meg a valós lehetőségei. A koordinációval kapcsolatosan sem lehet másképpen. Igazolásul ide kívánczok dr. Nádori László megállapítása is: „7—12 éves korig tart a koordinációs képességek fejlesztésének optimális időszaka. Ha ezt a periódust a tanuló nem használja ki, ha ebben az életkori szakaszban nem éri a tanulót megfelelő külső hatás, akkor a későbbi években a mulasztást nem lehet teljesen helyrehozni.” Az élet is alátámasztja a képességek megalapozásának szükségességét. Az országban egyre több játszótérrel szüntetnek meg orvosi javaslatra a sérülések gyakorisága miatt. Ez azt jelenti, hogy a gyermekeink „ügyetlenek”. Hiányoznak életükből, környezetükből azok a természetes ingerek — 30—40 évvel ezelőtt még megvoltak —, amelyek spontán, ösztönös módon kialakították az elfogadható koordinációs szintet.

Kíváncsún lenne, hogy ne csak a testnevelési órákon, a sportfoglalkozásokon, hanem a mindennapi életben is, a gyermek jól meg tudja ítélni testének helyzetét, térbeli és időbeli vonatkozásban. Fontosnak tekinthető továbbá, hogy mozgásai pontosak, gazdaságosak, gyorsak és célszerűek legyenek.

A tanulóifjúság sportjátékokkal kapcsolatos ismeretei szegények. Koordinációs szintjük alacsonynak mondható, és ez később az egyetemi és főiskolai testneveléssel kapcsolatos feladatok megoldásában sokszor jelent kiiktathatatlan gondot.

A labdajátékok megalapozásának elmulasztása, hiánya lényegében kihatással van az ország tömegsportjára, és valószínű, hogy érezteti hatását a minőségi sportban is.

A problémával kapcsolatosan — hipotézisünk igazolására — kísérleteket végeztünk Kaposvárott, a Tanítóképző Főiskola Gyakorló Általános Iskolájában és Pécsen, a Mecsekaljai Általános Iskolában. A módszer mindkét helyen egyforma volt. Egy-egy osztályban a megalapozást szolgáló gyakorlatokat végeztettük egész éven át (1984/85.). A feladatok anyagukat tekintve nem sértették a tantervet. Az összehasonlító felmérésnél egy összetett labdagyakorlatot kellett az említett osztályoknak és egy kontrollosztálynak is megoldania. Felmértük továbbá a 30" alatti labdapattintások számában történt változást is: itt az időegységre eső mozgásmennyiséget, míg az összetett mozgásfeladat végrehajtásának megítélésénél a megoldás minőségét vettük mértékül.

Az évvégi összehasonlító felmérések — mindkét helyen 4. osztályban dolgoztunk — érdekességeket mutattak.

I. Kísérlet eredményei: N = 18

Labdapattintás: a kontrollosztálynál nem történt változás, ősszel-tavasszal egyaránt 478 átadást mérünk. Egy főre 26,5 jutott.

A kísérleti csoportnál változás következett be.

		Ősz	Tavasz	Különbség
Átadás	Összes	514	522	8
	1 főre	28,5	29	0,5

Tizennégy főnél javulás (77,7%), 1 főnél stagnálás (5,5%), 3 főnél (16,6%) pedig romlás következett be.

Nemek szerint:

FIÚKNÁL	
Összes: 604	
Ősz 285	Tavasz 319
Egy főre	
15,8	17,7
Javulás	
9 fő	
Rontás 1 fő	

Különbség  
34

1,9

90%

10%

LÁNYOKNÁL	
Összes: 432	
Ősz 229	Tavasz 203
Egy főre	
12,7	17,7
Javulás	
5 fő	
Rontás 3 fő	

Különbség  
— 26

— 1,5

62,5%

37,5%

A fiúknál fejlődés, lányoknál visszaesés volt tapasztalható. Az összetett mozgásfeladat értékelését a végrehajtás minősége szerint 4, 3, 2 pontokkal végeztük.

Kísérleti csoport				Kontrollcsoport			
Fő	Pontszám	Összesen		Fő	Pontszám	Összesen	
10	5	50	72,40%	8	5	40	62,50%
3	3	9	13,00%	4	3	12	18,80%
5	2	10	14,60%	6	2	12	18,70%
18	—	69		18	—	64	
$\bar{x}$	3,83			$\bar{x}$	3,55		
s	1,38			s	1,47		
v	0,36			v	0,41		

Az elemszám növelésével a variációs együttható (v) természetesen módosulna. Bizonyos fokú fejlődés tapasztalható.

II. Kísérlet eredményei: N = 20  
Labdapattintás: kísérleti osztály:

	I. mérés	II. mérés	Különbség
Összes	497	531	34
1 fő	21,2	21,5	1,7

Kontrollcsoport:

	I. mérés	II. mérés	Különbség
Összes	424	431	7
1 fő	21,2	21, 5	0,3

Nemekre bontva:

FIÚK	
Összesen 1213	
I. 598	II. 615
1 főre	
23,9	24,6

LÁNYOK	
Összesen 661	
I. 319	II. 342
1 főre	
21,2	22,8

Mindkét nemnél fejlődés tapasztalható.  
Az összetett gyakorlatok eredményei:

*Átlag:* A:  $x = 3,66$   
B:  $x = 3,2$

*Szórás mértékei:* A:  $s = 1,3$   
B:  $s = 1,28$

*Variációs együttható:* A:  $v = 0,35$   
B:  $v = 0,4$

Összehasonlító táblázat

Kísérleti osztály:

Fő	Pontszám	Összesen	%
9	5	45	61,64
6	3	18	24,75
5	2	10	13,70
20	—	73	100
$\bar{x}$	3,65		
$s$	1,3		
$v$	0,35		

Kontrollcsoport:

Fő	Pontszám	Összesen	%
6	5	30	46,8
6	3	18	28,12
8	2	16	25,9
20	—	64	
x	3,2		
s	1,26		
v	0,4		

Bizonyos fokú fejlődés itt is látható. Az elemszám növelése ez esetben is a variációs egyútható módosulását eredményezné. Mindkét előkísérletnél a kísérleti osztályok által végeztetett gyakorlatok egyszerűek, viszonylag könnyen végrehajthatók.

A továbbiakban bemutatott néhány, általunk már alkalmazott előkészítő mozgás, amelyek variálhatók, illetve ezeket továbbfejlesztve új gyakorlatként alkalmazhatók.

A gyakorlatok alkalmazása hozzásegíti a tanulót a tantervi követelmények eléréséhez: „a feladatok megoldásában... a lehetséges többféle megoldás közül egy-két változatot tudjanak hatásosan alkalmazni”.

*Egyéni-páros labdagyakorlatok:*

1. gyak.: Labdagurítás a talajon vonal mentén (mindkét kézzel);
2. gyak.: Ki tudja a labdát magasabbra feldobni? (mindkét kézzel);
3. gyak.: A feldobott labdát egy pattanás után elkapni (lehetőleg minél közelebb a talajhoz);
4. gyak.: A labda feldobása, közben térdelés, fekvés, ülés helyzetekbe lemenni, felállás után a labdát egy pattanás után birtokba venni (az ügyesebbje esetleg pattanás nélkül végezheti);
5. gyak.: Kb. 2 m-re a fallal szemben: alsó dobással a falnak, a visszapattanó labdát ölelve elkapni;
6. gyak.: Kétkezes alsó dobással 4—5 m-re lévő felfordított számolyba vagy bordásfalra akasztott kosárgyűrűbe dobás;
7. gyak.: Az előbbi, de egy pattanás után érjen célba a labda;
8. gyak.: Mint a 6. gyakorlat, de egykezes felsődobással, s csak 2—3 m-re (mindkét kézzel);
9. gyak.: A homlok előtt-fölött két kézzel, tenyérben tartott labdát „kilökní” 2—3 m-re állított célba (állásból, ülésből);
10. gyak.: Mint a 9. gyakorlat, de terpesztett ujjakkal;
11. gyak.: A fallal (társsal) szemben állva tetszés szerinti rúgással továbbítani a labdát, a visszaérkező labdát talppal megállítani (távolsága faltól, társtól 3—4 m, mindkét lábbal);
12. gyak.: Bokák közé szorított labdával a számolyra fel-leugrálni;
13. gyak.: Labdavezetések: helyben, vonalakon: kör, hullámvonalakon stb., ülésben, térdelésben (az ügyesebbje hasonfekvésben is);
14. gyak.: A fej felett dobás hátra a társhoz (az eldobás után szembefordul a társsal, és várja a labdát);

15. gyak.: Járásban, igen lassú futásban tetszés szerinti adogatás (2—3 m távolság legyen, a társ megválasztása lényeges);
16. gyak.: Egyik lábon szökdelve a labdát a másik láb talpával vinni előre (lábcseré!);
17. gyak.: Ülés a talajon, hátul kéztámasz, talpak a labdán. Forgás a test körül lábbal történő labdagurítással;
18. gyak.: Labdaütögetés a falhoz váltott kézzel ((lehetőleg csuklóból);
19. gyak.: Önmagának feldobott labdát (gumilabda) homlokkal fejleni;
20. gyak.: Labdaütögetés kézzel a földhöz különböző szökdelésekkel helyben;
21. gyak.: Állásban labdavezetés a test körül;
22. gyak.: Labdavezetés helyben, közben jobb, illetve bal láb emelése a le pattintott labda fölé (mindkét kézzel);
23. gyak.: Hajlítot lebegő terpeszülés,  $2 \times - 3 \times$  labdaütögetés a bal oldalon, ugyanennyiszor a lábak között is, átútvé a labdát a jobb láb alatt a jobboldalon is. Oda-vissza mindkét kéz segítségével;
24. gyak.: A talajon lévő labdát talppal hátréfelé meghúzni úgy, hogy az felugorjon a lábfejre, majd megemelni és elkapni;
25. gyak.: A labda rúgása combbal és elkapása kézzel;
26. gyak.: Terpeszülés: a lábak között le pattintani a labdát, majd hirtelen lábzarás úgy, hogy a labda a combokra essen vissza;
27. gyak.: Terpeszállás, oldalsó középtartás: labda dobása egyik kézből a másikba fej felett;
28. gyak.: Terpeszállás, labda hátul a kézben: fej felett dobás előre és labda elkapása;
29. gyak.: Gurulóátfordulás előre-hátra, labda a boka között;
30. gyak.: Nyújtott ülés, labda a bokák között. Ereszkedés hanyattfekvésbe, és nyújtott lábbal labdatovábbítás a kézbe.

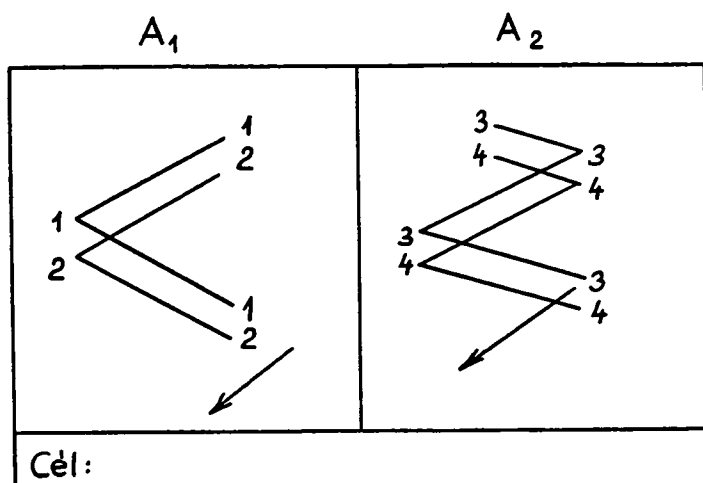
Az ilyen jellegű gyakorlatokból rendkívül sokat lehet szerkeszteni. A legnagyobb probléma az, hogy sok, alsó tagozatban tanító kolléga a gyakorlatokat éppen egyszerűségük miatt nem alkalmazza. A sportjátékok technikáját csak egyszerű, egymásra épülő gyakorlatokkal lehet megközelíteni. Oktatásuk és gyakorlásuk nagy türelmet, kitartást igényel.

A labdajátékokban ma már alapvetően fontos a lábmunka. Ennek a fontos labda nélküli technikai elemnek az előkészítésére, megalapozására szolgálhatnak a következő gyakorlatok:

1. gyak.: Páros fogó;
2. gyak.: Párokban egymással szemben követni a társ mozgását (könnyítésképpen: a közöttük lévő labdát mindketten fogják előrenyújtott kézzel, hiba: ha valamelyik tanuló elengedi a labdát!);
3. gyak.: Két sor szemben áll egymással, az egyik sor követi a másik sor mozgását;

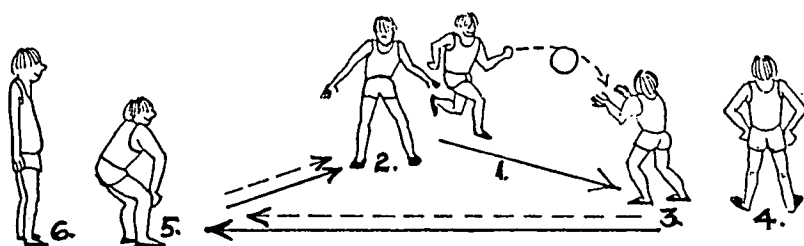


4. gyak.: Párokban végezhető gyakorlat: cikcakk vonalban követi a társat, de úgy, hogy a céltól mindig távol kell tartani;

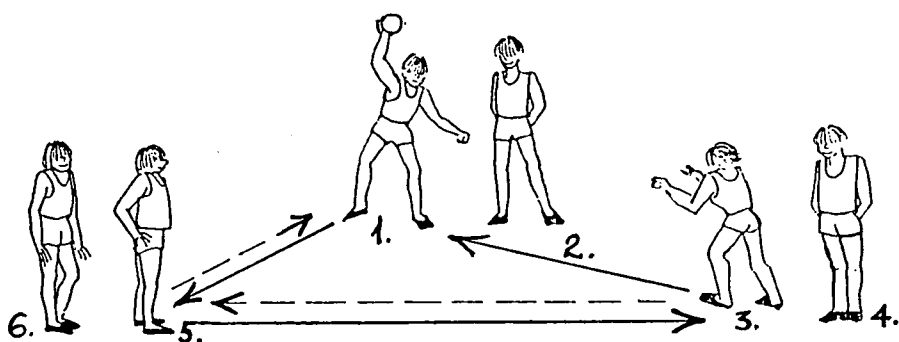


A következő gyakorlatok már nagyobb létszámmal végezhetők. Nemcsak technikai megalapozást szolgálnak, hanem taktikai előkészítést is jelentenek:

1. gyak.:

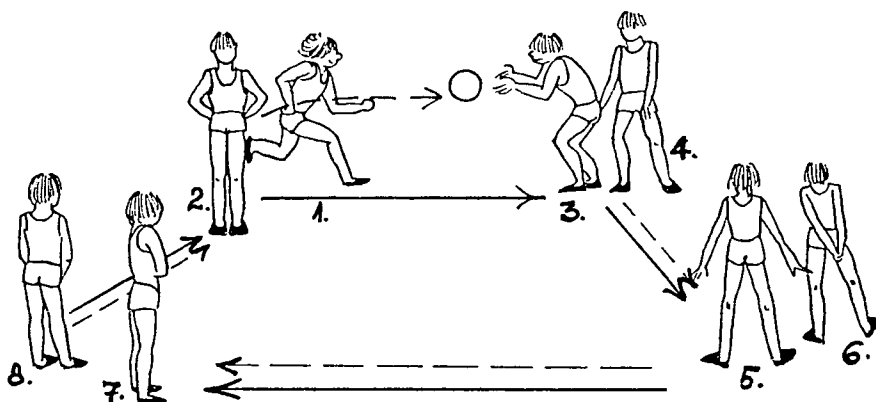


2. gyak.:

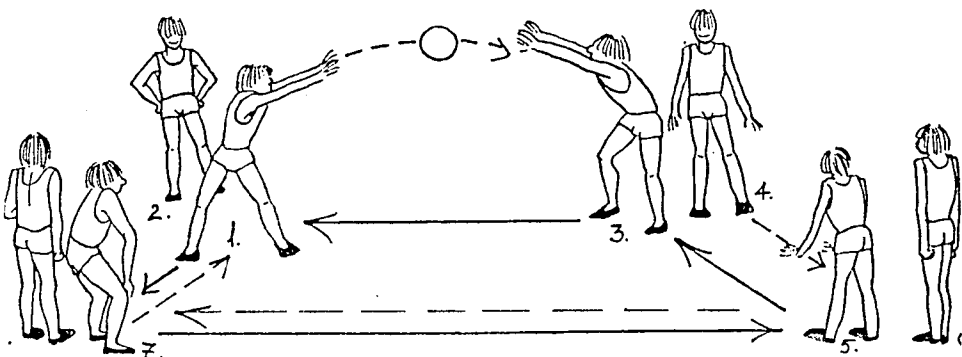




### 3. gyak.:



### 4. gyak.:



Ezek a gyakorlatok lábbal is végezhetők. (Természetesen egy-egy „átvétel” kell, hogy megelőzze a továbbítást!)

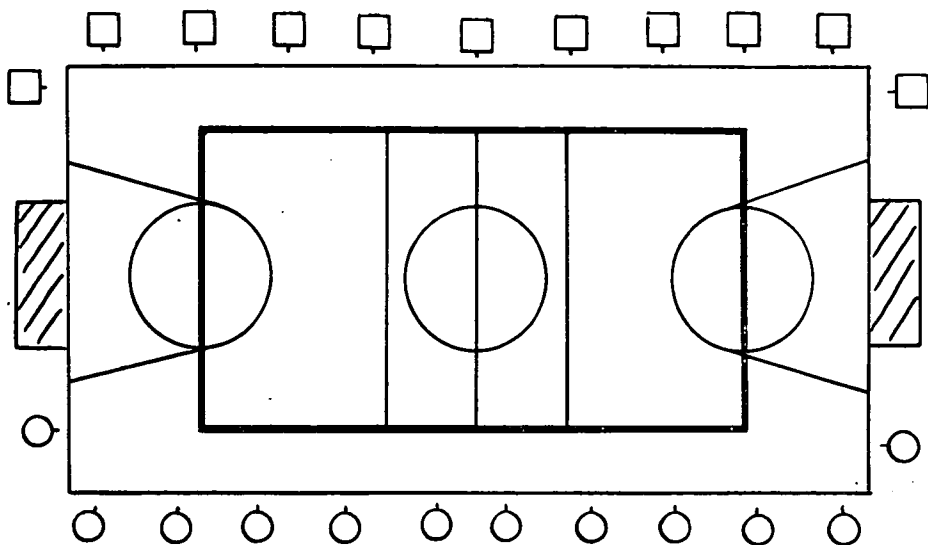
A feladatok egyszerűek, a tanulók szívesen végzik. Az 1. és a 3. gyakorlatnál oda futnak, ahova a labdát továbbítják, a 2. és 4.-nél pedig a továbbítás irányával ellentétesen. Éppen ez izgalmas a tanulók számára; a taktika csíráit hordozza magában a feladat.

A kisiskolás számára is a legnagyobb öröm, ha sportszerű játékot vagy ahhoz hasonlót játszhat. Alapos előkészítés után a harmadik és a negyedik osztályokban ezt már végeztetni lehet egyszerűsített szabályokkal, az eddig gyakoroltatott „technikai elemek” felhasználásával nagyobb létszám esetén is.

Az alkalmazáshoz szükséges feltételek:

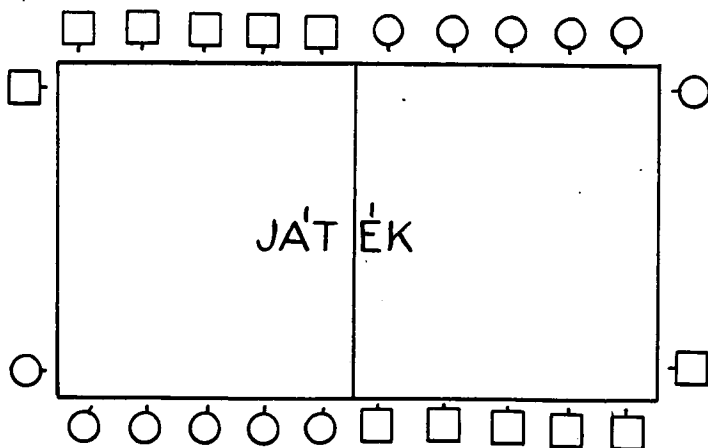
- mini röplabdaállvány;
- mini kosárlabdapalánk;
- kézilabdakapuk;
- az oldalt állók nem lőhetnek, dobhatnak kapura, kosárra, de röplabda esetében átjátszhatják az ellenfél térfelére a labdát.

1. ábra:

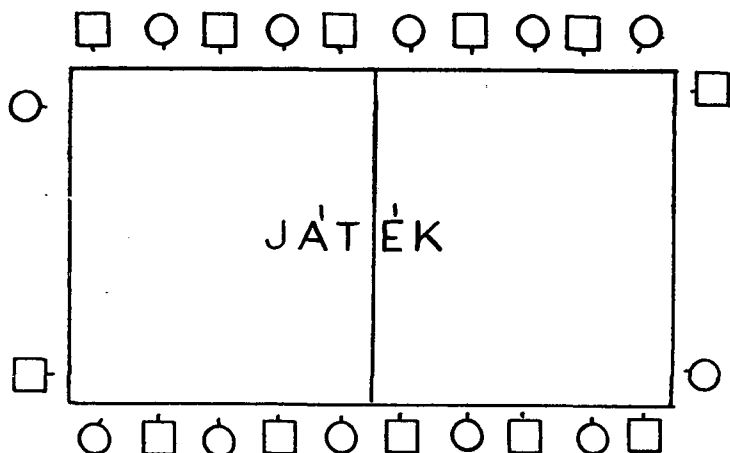


5:5 ellen játszik a pályán, de a többi 24 tanuló is játszik, benne él a játékban. Értéke a játéknak, hogy sokfelé kell figyelniük a tanulóknak, továbbá 3'-enként lehet cserélni a csapatokat, tehát a megterhelést is lehet biztosítani.

2. ábra:



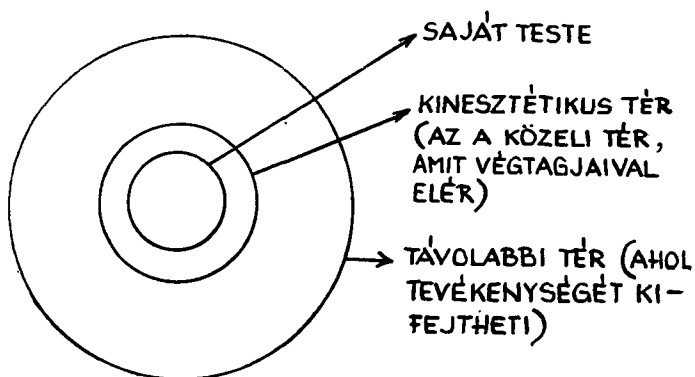
Ebben a változatban még érdekesebb, színesebb a játék. Az oldalt állók már megosztva, vegyesen szerepelnek az oldalakon.



A legkomplexebb változat: vegyesen helyezkednek el a tanulók, az oldalvonalak mentén.

**Hat-hét éves kortól** az ügyesség fejleszthetősége évről évre nő. Ebből kiindulva kívánatos lenne szem előtt tartani a következőket:

- fontos, hogy a testnevelési foglalkozásokon felhasznált gyakorlatok készítsék elő a megbízható technika kialakításának, a kétoldalúság megalapozásának, a kettő vagy három tanuló alapvető kapcsolatának lehetőségeit;
- már a 6—10 éves korban észrevehetők — természetesen aiapos megfigyelés révén — a pszichés differenciák: kiben erősebb a támadószellem, ki szeret csak védekezni stb..;
- a tanulók magas fokú játékt aktivitását kell kialakítani a célszerű és az értelmes taktikai magatartás rendszeres követelményeinek alkalmazásával. A játék értelmezése akkor helyes, ha az alsó tagozati játékokkal a sportjátékokra készütnk elő;
- az egyes labdajátékokban olyan technikai elemek vannak, amelyekben közös jegyek találhatók. (Pl.: tempódobás, leütés, sáncolás, átlövés, felugrással fejelés, a kapus bizonyos védőmozgása stb.) A sajátos technika könnyebben megtanítható az általános előkészítés után;
- egy „labdajátékos” helyzete hármas koncentrikus körnek fogható fel:



Ezt figyelembe véve tudatosabbá válhat az érzékszervek és sok lelki tulajdonosság (a figyelem terjedelme, megbízhatósága, a reagálás gyorsasága, a térben és a tömegben való elhelyezkedés stb.) fejlesztése.

- A technikai-taktikai előkészítés során nagyon lényeges, hogy oktatáskor az alaphelyzetben történő gyakorlás és a mozgások helyes beidegződése után már játékszerű, mérkőzésszerű helyzetekben gyakoroltassunk. Ennek a megalapozásnak pedig az a jelentősége, hogy a gyakorlatok tempója, ritmusa közel áll a valódi játékhoz, és a technika és a taktika párhuzamosan fejlődik.
- Azonos vagy hasonló technikai és taktikai feladatok megoldásával megszilárdulnak a koordinációs folyamatok.

A sportjátékok megalapozásának szükségességével kapcsolatos hasznos tapasztalataink:

1. a testnevelési órával összefüggő szervezés hatékonyságának fontosságát hangsúlyozzuk;
2. az óra struktúráján változtatni kell;
3. a feladatok megoldását csak az óra merevségének feloldásával lehet megvalósítani.

Logikusnak tűnik, hogy a megalapozásban részt vett tanulókra sokkal könnyebb építeni az 5. osztályban a labdajátékok tantervben szereplő mozgásanyagát.

#### FELHASZNÁLT IRODALOM

- Dr. Nádori László:* Testnevelés és Sporttudomány. 1980. 1. Időszzerű edzés módszertani kérdések.  
*Szabó János:* Így tanítsuk a serdülőkorú kosarásokat.  
*Jackie Mersenacht:* Jeux sportifs collectifs.  
*Prof. Robert Langlois:* Initiation aux sports collectifs.  
*E. V. Haet:* Sportno metad kato faktor za povisavanye efektivaoesztja na obucsenyneto pri mal-kutyu ucenyici.  
*Dr. Császári Sándor:* Játék — Sportjáték.  
*H. Wallon:* Kinestrésie et image visulle du corpes propre.

---

DR. SZÉKELY GÁBOR  
Nyíregyháza

## Motiváció, tevékenység, perspektíva — nyelvoktatás

### 1. Alapfogalmak, definíciók, célkitűzés

Közismert tény, hogy a tanulás eredményessége vagy eredménytelensége főként a tanulásra ösztönző motívumoktól, a tanulás során kifejtett tevékenységtől és a tanulás következményeként a tanuló előtt megnyíló perspektívától, azaz az egyén számára a befektetett munka eredményeként a társadalom által esetlegesen biztosított, szélesebb értelemben vett előnyöktől függ. Az is aligha vitatható, hogy az említett tényezők nagymértékben befolyásolják, szinte meghatározzák az oktató, a tanító személy munka-